

いろいろな選択肢を持っておこう!

避難所以外にも、いざというときに安心して生活できる場所をいくつか用意しておきましょう。

選択肢 A

在宅避難



自宅被害が少ない場合、避難所よりもプライバシーを守りながら安心して過ごせる可能性がある

選択肢 B

屋外避難



自宅での寝泊まりが不安な場合、敷地内でテントや車中泊避難をすることも

選択肢 C

地区外避難



医療や介護などのサービスを受けるために、地区外の親戚・知人家に身を寄せるという選択もある

えらこっちゃん!に備える

どの選択をするにしても、事前の準備が必要です。

地震発生! その時、身を守るためにできること

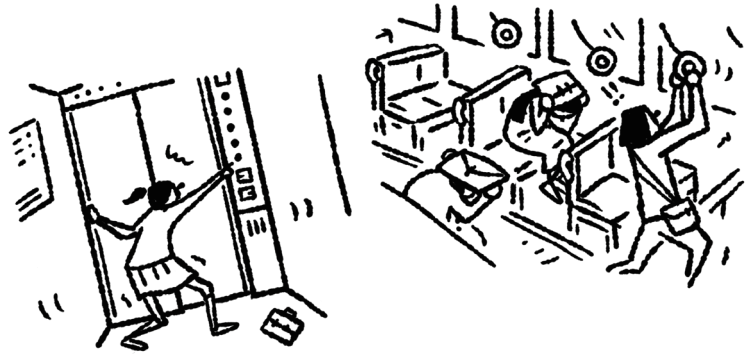
想定1 ここがポイント!

地震

地震は突然起こる

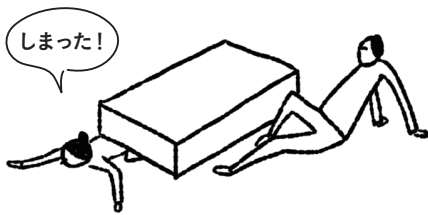
まずは、自分の命を守ることが最優先

- ▶ 落下物などから頭と身体を守る
- ▶ ガラス・倒れやすいもの・火や熱湯から離れる
- ▶ エレベーターの階ボタンをすべて押す



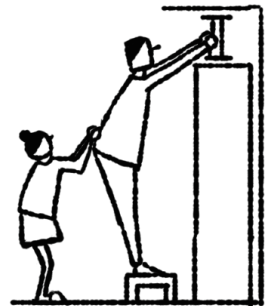
助かった! けど...その時、「しまった!」とならないために今やること

危機① 自宅の安全対策をしていないと...



【今やること】

- ▶ 家具を固定する
- ▶ ガラスに飛散防止フィルムを貼る
- ▶ 建物の耐震性を確保する



危機② すぐに避難できる準備をしていないと...



【今やること】

- ▶ 外出時に、飲み物や携帯電話のバッテリーなどを常に持つておく
- ▶ 枕元にスリッパや懐中電灯、めがね、補聴器などを置いておく
- ▶ 動きやすい服や非常持出袋を準備しておく

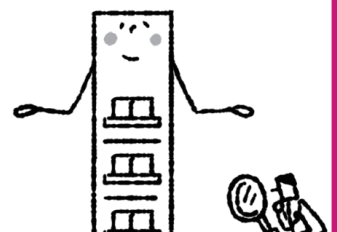


危機③ 自宅周辺の危険性を知らないで...

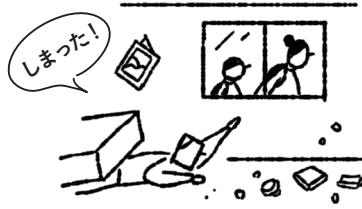


【今やること】

- ▶ 老朽化した建物や危険な場所を知っておく
- ▶ 安全な避難場所や避難ルートを確認し、体験しておく



危機④ 隣近所と全く面識がないと...



【今やること】

- ▶ 転居時や日々の挨拶をして、隣近所と顔見知りになっておく
- ▶ 地域やマンションのイベントに参加する



危機⑤ 情報を得るための手段を準備していないと...



【今やること】

- ▶ 携帯ラジオなどを用意しておく
- ▶ 災害用伝言ダイヤルの使い方をしておく
- ▶ 緊急時の安否の確認方法などを家族で話し合う



危機⑥ 避難生活を想定し物資を備えていないと...



【今やること】

- ▶ 電気・水道・ガスが止まった状況での在宅避難を想定し、必要なものを7日分備えておく

【例】 □ 食料や水

□ カセット式コンロ・ガスボンベ

□ 非常用トイレ

□ 携帯電話などの乾電池式充電器・予備の電池

□ ポリ袋・新聞紙・大判の布・ウェットティッシュなど

女性、子育て中、持病がある場合などは自分に合ったアレンジが必要。

【例】 生理用品、乳幼児用品、医薬品など



起こったあとに必ずしてほしいこと



- ▶ 避難などで自宅を離れるときはブレーカーを下ろす
- ▶ 排水管に被害がないことが確認できるまで、水やトイレは流さない
- ▶ 区外に避難する場合は、どこに避難するか隣近所や避難所に伝える



想定2 ここがポイント!

水害

水害は予測できる

水害は起こる前に、とにかく逃げる



- ▶ 遅くとも「避難勧告発令」で避難開始
- ▶ 津波避難は地震発生後すぐに開始
- ▶ 突然発生する内水氾濫に注意
- ▶ 避難はビルの3階以上か、浸水想定区域の外へ

想定3 ここがポイント!

マンション

多くのマンションは在宅避難できる

マンション単位で避難生活に備える



- ▶ マンションの地震や水害に対する強さを調べる
- ▶ マンション単位で物資を備蓄する
- ▶ 災害時の対策や生活ルールなどを話し合う
- ▶ マンション単位で地域の活動に参加する